

ПОГОДЖЕНО:

Голова ПК

Харатинович М.В.



ЗАТВЕРДЖЕНО:

Наказом в.о. директора школи

Ольга Шойра О.М.

№ 245 від « 03 » вересня 2021р.

Інструкція

«Правила безпеки на річках і водоймах»

1. При купанні в річці або відкритій водоймі:

- не можна купатися на глибокому місці, не сподівайся на надувний матрац або інші плавальні засоби – вони можуть вислизнути з-під людини і спровокувати нещасний випадок.
- Не запливати далеко, можна втомитися і не доплисти до берега.
- Не пірнати в невідомому місці і на міліні, так як можна вдаритися головою об дно або який-небудь предмет.
- Не грати на глибині з зануренням голови в воду, можна захлинутися.
- Не плавати в човні без рятувальних засобів (рятувальний жилет, коло), не пустувати у човні на воді, щоб уникнути перекидання.
- Не підпливати до дебаркадерів, баржам, судам, щоб не затягло під днище.
- Не знаючи броду, не переходити річку, щоб не потрапити в яму.

2. При купанні в басейні:

- Не ходити по підлозі басейну босоніж – надягати гумові тапочки, щоб не поранити ноги о можливі відколи бетону, плиткове облицювання і щоб не було слизько.
- Не пірнати в не встановлених місцях, там може бути мілина і можна вдаритися головою об дно і отримати важку травму.
- Не стрибати з вишок без спеціальної підготовки інструктором з плавання, можна пошкодити хребет або отримати шок при попаданні сильного струменя води через ніс в дихальні шляхи.
- Будьте обережні при виході з басейну - можна легко посковзнутися і впасти.

3. При виході на лід:

- не виходити на тонкий або неміцний весняний лід на річці або водоймах – можна провалитися.
- Не кататися на крижинах, вони можуть перекинутися або розлапатися, а вітром їх може віднести далеко від берега.
- При рятуванні на тонкому льоду не наближатися на ногах до місця провалу, потрібно подавати довгу палицю, сходи, кидати мотузку і кликати дорослих на допомогу.

4. В період паводку:

4.1. З настанням весни під впливом сонячних променів лід швидко тане. Ще більш руйнівні дії на нього чинить посилення навесні протягу води в річках, яке підточує його знизу. З кожним днем він стає все більш пористим, пухким і слабким. Цілком зрозуміло, що пересування по

такому льоду пов'язане з великою небезпекою.

4.2. Потрібно знати, що весняний лід різко відрізняється від осіннього і зимового. Якщо восени та взимку лід під вагою людини починає тріщати, попереджаючи про небезпеку, то весняний лід не тріщить, а провалюється, перетворюючись в крижану кашку.

Товщина льоду повинна бути для самотніх пішоходів не менше 5см , для груп людей - не менше 7см.

5. Учням школи переходити водойми навесні суворо забороняється!

- Пам'ятайте, що весняний лід – капкан для тих, хто вступив на нього!
- Особливо неприпустимі ігри на льоду в період розтину річок. Стрибати з крижини на крижину, віддалятися від берега дуже небезпечно.
- Під час паводку і льодоходу небезпечно перебувати на обривистому березі, так як швидкий перебіг води підмиває і руйнує його.
- Переходити річку, ставок, озеро по льоду навесні небезпечно. Потрібно уважно стежити за знаками, що позначають пішохідні переходи, користуватися спеціальними настилами на льоду. Сходити на необстежений лід-великий ризик.
- Течія річки сильно підмиває круті береги. Можливі обвали. Остерігайтеся милуватися весняним льодоходом з обривистих берегів.
- Навесні небезпечно сходити за греблі, загати. Вони можуть бути несподівано зірвані напором льоду. Не наближайтеся до крижаних заторів.
- Під час повені остерігайтеся милуватися льодоходом з крутих берегів, розмивних весняними потоками, з-за чого схили берегів часто обвалюються. Не можна виходити на водойми при утворенні крижаних заторів.
- Пам'ятайте! Ігри на льоду в цей час, плавання на човнах, плотах під час льодоходу і повені небезпечні для життя!
- Якщо ви провалилися - не впадайте в паніку, скиньте з себе важке взуття та одяг, широко розкиньте руки по крайках льоду, щоб не зануритися з головою, обіпріться об край ополонки, повільно лягаючи на живіт або спину. Кричите про допомогу.
- Якщо на ваших очах провалилася людина-негаймо крикніть йому, що йдете на допомогу. Негаймо кличте на допомогу дорослого.
- До самого краю ополонки підповзати не можна, інакше можна опинитися у воді. Ремені або шарф, будь-яка дошка, жердина, лижі допоможуть вам врятувати людину. Кидати пов'язані предмети потрібно на 3 - 4 м.
- Якщо ви надаєте допомогу самі, то треба обов'язково лягти на лід, подати потерпілому палицю, жердину, ремінь або шарф і т. п., щоб допомогти вибратися з води. Потім доставити потерпілого в тепле приміщення, розтерти насухо, переодягнути, напоїти гарячим чаєм. При необхідності надати першу медичну допомогу або доставити в лікувальний заклад.
- Найпростішим рятувальним засобом може служити звичайна міцна мотузка (довжиною 10м) з великими (довжиною 70 см) петлями на обох кінцях, або поплавками на одному кінці для кидання тому, хто терпить лихо на льоду.
- Якщо ви не один, то, взявши один одного за ноги, лягайте на лід ланцюжком і рухайтесь до пролomu. Дійте рішуче і швидко: потерпілий швидко коченіє в крижаній воді, а намочений одяг тягне його вниз. Подавши потерпілому підручний засіб, витягніть його на лід і поповзом рухайтесь від небезпечної зони. Зніміть з потерпілого одяг і одягніть суху. Якщо немає сухого одягу, відіжміть мокрий, і потім знову його одягніть. Укутайте потерпілого по можливості поліетиленом – відбудеться ефект парника.